

Prävention cum grano salis

Chefredakteur Dr. med. Dirk Einecke



HERZ-KREISLAUF-ERKRANKUNGEN

Vorsicht mit dem Salzstreuer

Wer sein Essen sparsam salzt, kann damit nicht nur erhöhten Blutdruck senken, sondern wahrscheinlich auch kardiovaskulären Erkrankungen vorbeugen. Das zeigt die Nachbeobachtung von rund 2400 Teilnehmern der Hochdruckpräventionsstudien TOHP I und II. Die Probanden der Interventionsgruppen hatten 1,5 bzw. 3–4 Jahre lang ihren Salzkonsum um 25–30% reduziert und in den folgenden 10–15 Jahren signifikant seltener ein kardiovaskuläres Ereignis erlitten. Das relative Risiko für Herzinfarkt, Schlaganfall, Revaskularisierungsmaßnahmen oder kardiovaskulären Tod war bei ihnen um rund 25% niedriger als bei den Kontrollpersonen. Die Sterblichkeit insgesamt wurde nicht beeinflusst.

Cook NR et al., Brit Med J 2007; online 20. 4. 2007

MÄNNER MIT MIGRÄNE

Erhöhtes Herzinfarkttrisiko

Wenn Sie Migränepatienten betreuen, sollten Sie immer einen sorgfältigen Herz-Kreislauf-Status erheben und die einschlägigen Risikofaktoren besonders energisch angehen, denn Migräne geht bei Männern mit einem erhöhten kardiovaskulären Risiko einher. Wie man im Rahmen der Physicians' Health Study (einer prospektiven Studie mit über 20 000 Männern) fand, ist insbesondere das Herzinfarkttrisiko bei ihnen (um 42%) erhöht. Ob dies, wie man zuvor bei Frauen im Rahmen der Women's Health Study festgestellt hat, vor allem Patienten betrifft, die unter einer Migräne mit Aura leiden, wurde in dieser Studie nicht untersucht.

Archives of Internal Medicine, 23.4.2007

MASERNEPIDEMIE IN NRW

Zweites Todesopfer

Im Jahr 2006 sind in Nordrhein-Westfalen 1726 Menschen an Masern erkrankt (deutschlandweit waren es 2281 Erkrankungen). An den Spätfolgen ist jetzt ein 13 Monate alter Junge gestorben. Er ist bereits das zweite Todesopfer, das die Masernepidemie in diesem Jahr in NRW gefordert hat. 2007 sind bisher 80 Menschen in NRW an Masern erkrankt, 32 allein während der Osterferien. Ein wichtiges Argument für Sie, wenn Sie Impfgegner in Ihrer Praxis überzeugen wollen!

<http://www.sueddeutsche.de/,ra1712/gesundheit/artikel/800/11689/>

WENIGER ERKRANKUNGSFÄLLE

Bewegung gegen Parkinson

Nebenbefund einer großen amerikanischen Krebsstudie, bei der über 60 000 Männer und 70 000 Frauen neun Jahre lang beobachtet wurden: Wer viel Sport treibt, senkt sein Risiko, an Parkinson zu erkranken um 20%. Frühere Studien hatten bereits einen Hinweis erbracht, dass Bewegung bei Männern das Parkinsonrisiko senken kann. Die neue Studie zeigt, dass dies wohl auch für Frauen gilt.

Jahrestagung der AAN, Boston, 28.4.–5.5.2007

AKUTE KORONARSYNDROME

Leitliniengerechte Therapie auch für „Uralte“

Bei alten Patienten werden Therapieleitlinien wesentlich zögerlicher umgesetzt als bei jüngeren. Die CRUSADE National Quality Improvement Initiative umfasst die Daten von knapp 52 000 Patienten über 75 mit akutem Koronarsyndrom. Bei den 5500 Patienten über 90 Jahre hielten es die Ärzte in 60% der Fälle nicht für angebracht, eine interventionelle Therapie durchzuführen, bei den 75- bis 89-Jährigen war dies nur bei 27% der Fall. Dabei würde eine sorgfältige, leitliniengerechte Therapie mit ASS, Betablockern und ggf. Angioplastie auch bei sehr alten Patienten die Sterblichkeit senken.

JACC vom 1. Mai 2007

Ernährung und Krebs

Obst und Gemüse

Weniger Krebs im oberen Verdauungstrakt, seltener Lungenkrebs

Ballaststoffe

Seltener Dickdarmkrebs

Rotes Fleisch und Fleischwaren

Magenkrebsrisiko erhöht, mehr Dickdarmkrebs

Vitamin C

Seltener Magenkrebs

Fisch

Seltener Dickdarmkrebs

Hoher Alkoholkonsum

Etwas häufiger Brustkrebs

In der Europäischen Epic-Studie (European Prospective Investigation into Cancer and Nutrition) wird der Zusammenhang zwischen Ernährungsgewohnheiten und Krebsentstehung untersucht. Dazu werden seit 1992 in zehn Ländern und 23 Forschungszentren 520 000 Menschen untersucht. Die Tabelle gibt eine Zwischenbilanz wieder.

Deutsches Institut für Ernährungsforschung/Epic-Studie

Zitat der Woche



„Die Anstellung von Ärzten führt zur Unternehmerisierung des Arztberufs: Oben thront der Chef und unten ackern die Sklaven.“

RA Dr. jur. Ralph Steinbrück, München, beim 113. Kongress der Deutschen Gesellschaft für Innere Medizin in Wiesbaden, 15.04.2007